

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI

PADA PASIEN DIABETES DI KELOMPOK SENAM DIABETES

RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA



DWI PUJI ASTUTI

NPM 202543052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI

PADA PASIEN DIABETES DI KELOMPOK SENAM DIABETES

RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA



DWI PUJI ASTUTI

NPM 202543052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

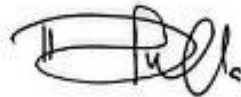
2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI
PADA PASIEN DIABETES DI KELOMPOK SENAM DIABETES
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Disusun oleh
DWI PUJI ASTUTI
NPM 202543052

Laporan Penelitian Ini Telah Memenuhi Persyaratan Untuk Diujikan
Yogyakarta , | Agustus 2026

Pembimbing I



Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS
NIK.202050001

Pembimbing II



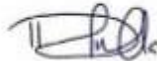
Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom
NIK.200210027

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI
PADA PASIEN DIABETES DI KELOMPOK SENAM DIABETES
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Disusun oleh
DWI PUJI ASTUTI
NPM 202543052

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta , 13 Agustus 2026

Pembimbing I



Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS
NIK.202050001

Pembimbing II



Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom
NIK.200210027

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Puji Astuti

NPM : 202543052

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

**“Pengaruh Senam Kaki Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Pasien Diabetes
di Kelompok Senam Diabetes Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta”**

Yang telah saya laksanakan sejak bulan Februari 2026 sampai Juli 2026 seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri .

Adapun pada bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah , dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan hasil karya saya sendiri atau terdapat indikasi plagiat, maka saya bersedia diberikan sanksi moral , sanksi administrasi serta dituntut ganti rugi dan pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa tekanan dari siapapun atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 5 Agustus 2026



Dwi Puji Astuti

SKRIPSI

PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI PADA PASIEN DIABETES DI KELOMPOK SENAM DIABETES RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Disusun oleh
DWI PUJI ASTUTI
NPM 202543052

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 7 Agustus 2026

Mengesahkan ,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji:

Ketua : Yulia Wardani, MAN

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name Yulia Wardani, MAN.

Anggota I : Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS.

Anggota II : Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom.

HALAMAN MOTTO

"Sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan."

(QS. Al-Insyirah: 6)

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya."

(QS. Al-Baqarah: 286)

"Ilmu pengetahuan menjadi bermakna ketika digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup dan memberikan pelayanan yang penuh kasih kepada sesama."

"Keberhasilan bukanlah hasil dari keberuntungan, melainkan buah dari kerja keras, ketekunan, doa, dan komitmen untuk terus belajar."

"Setiap langkah kecil menuju hidup sehat adalah investasi besar bagi masa depan yang lebih berkualitas."

"Seorang perawat tidak hanya memberikan asuhan, tetapi juga menghadirkan harapan, kepedulian, dan empati bagi setiap pasien."

Keberhasilan bukanlah akhir, kegagalan bukanlah kehancuran,
keberanian untuk terus melangkah adalah yang paling berarti.

"Kesuksesan tidak diperoleh secara instan, tetapi melalui doa, kerja keras, ketekunan, dan keikhlasan dalam setiap proses. Ilmu yang bermanfaat adalah ilmu yang mampu memberikan harapan, meningkatkan kesehatan, dan membawa manfaat bagi sesama."

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga saya masih diberikan kesempatan untuk dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik, tuntas, dan tepat waktu sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana. Walaupun masih belum sempurna, namun saya sangat bangga telah sampai pada titik ini dan dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan maksimal.

Laporan penelitian ini saya persembahkan untuk :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah menyertai, memberikan kekuatan, dan memberkati saya setiap waktu, sehingga saya mampu menyelesaikan laporan penelitian dengan baik, lancar dan dapat selesai dengan tuntas.
2. Orang tua dan keluarga saya yang tercinta dan terkasih yang selalu memberikan semangat dan dukungan penuh dalam bentuk apapun saat proses penyusunan laporan penelitian hingga dapat selesai dengan tuntas.
3. Diri saya sendiri yang telah berjuang dengan sangat keras untuk dapat menyelesaikan laporan penelitian hingga tuntas dan mampu bertahan untuk dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.
4. Teman-teman saya seperjuangan RpL yang selalu menemani, menguatkan, dan mendampingi saya serta menjadi sumber dukungan bagi saya dalam berproses penyusunan laporan penelitian hingga selesai tepat waktu.
5. dr.Fx .Suharnadi,Sp.PD-KEMD yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di Kelompok Senam Diabetes Panti Rapih Yogyakarta, instruktur senam, serta para responden penelitian yang telah memberikan izin dan membantu saya dalam proses penyusunan laporan penelitian ini, sehingga bisa selesai dengan baik. Terimakasih telah mendukung dan mendoakan saya.

Tanpa adanya dukungan dari seluruh pihak, saya tidak mampu menyelesaikan laporan penelitian dengan maksimal dan tuntas tepat waktu. Akhirnya, dengan penuh rasa syukur, saya persembahkan laporan penelitian tugas akhir ini kepada saudara-saudari sekalian.

INTISARI

Nama : Dwi Puji Astuti

NIM 202543052

Judul : “Pengaruh Senam Kaki terhadap Sensitivitas Kaki pada Pasien Diabetes di Kelompok Senam Diabetes Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta”

Tanggal Ujian : 7 Agustus 2026

Pembimbing I : Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS

Pembimbing II : Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom

Jumlah Pustaka : 20 pustaka (tahun 2009-2025)

Jumlah Halaman: xv, 150 halaman, tabel, lampiran

Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 berisiko tinggi menyebabkan komplikasi neuropati perifer yang ditandai dengan penurunan sensitivitas kaki, sehingga memperbesar risiko ulkus diabetik. Senam kaki merupakan intervensi non-farmakologis untuk memperbaiki sirkulasi darah dan fungsi saraf perifer. Tujuan penelitian ini adalah Menganalisis pengaruh senam kaki terhadap sensitivitas kaki pada pasien diabetes di Kelompok Senam Diabetes RS Panti Rapih Yogyakarta. Metode Penelitian yang digunakan quasi-experiment dengan pendekatan pretest–posttest control group design ini melibatkan 35 responden (20 intervensi, 15 kontrol) yang diambil melalui *accidental sampling*. Kelompok intervensi melakukan senam kaki mandiri 2 kali seminggu selama 2 minggu (durasi 20 menit) dengan pengawasan video call. Instrumen penelitian menggunakan Semmes-Weinstein Monofilament 10g pada 10 titik lokasi kaki. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. Hasil dari penelitian ini Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan sensitivitas kaki yang signifikan (p -value 0,046), sementara kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan nyata (p -value 1,000). Uji Mann-Whitney mengonfirmasi perbedaan sensitivitas kaki yang signifikan antara kedua kelompok (p -value 0,000), di mana median kelompok intervensi (10) jauh lebih tinggi daripada kelompok kontrol (1.27). Kesimpulan dari penelitian ini senam kaki diabetes secara signifikan efektif meningkatkan sensitivitas kaki pada pasien diabetes di Kelompok Senam Diabetes Panti Rapih Yogyakarta. Saran untuk Tenaga kesehatan supaya menerapkan senam kaki sebagai program rutin manajemen diabetes. Peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan sampel lebih besar dan durasi intervensi lebih panjang.

Kata Kunci: Senam Kaki, Sensitivitas Kaki, Diabetes Melitus.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “Pengaruh Senam Kaki terhadap Sensitivitas Kaki pada Pasien Diabetes di Kelompok Senam Diabetes Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta”. Laporan penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat akademik untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta. Laporan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam penerapan intervensi non-farmakologis pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Dalam proses penyusunan laporan penelitian ini saya dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak. Maka dari itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Yulia Wardani, MAN, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta.
2. Direktur Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam perencanaan penelitian.
3. Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MS selaku dosen pembimbing 1 dan Emmelia Ratnawati, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing 2 yang telah berkenan untuk menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing saya untuk pembuatan laporan penelitian ini.

Saya menyadari bahwasanya laporan penelitian ini masih banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, saya mengharapakan saran serta kritik yang membangun dari berbagai pihak, agar kedepannya saya dapat memperbaiki serta menyusun laporan penelitian dengan baik dan benar. Jika terdapat kekeliruan pada kata ataupun kalimat dalam laporan penelitian ini saya mohon maaf.

Yogyakarta, 1 Juli 2026

Penulis